50 блюд из капусты

ГОСТОРГИЗДАТ
МОСКВА — 1938

НАРКОМТОРГ СССР
НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ИНСТИТУТ ТОРГОВЛИ И ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ

50 БЛЮД ИЗ КАПУСТЫ

Составили кулинары отдела общественного питания Научно-исследовательского института торговли и общественного питания Наркомторга СССР ЧУРИНОВ И. Н. и ЧУРИНОВ В. Н. при участии БИККЕ Р. П., ГРОЗНОВА С. Р., ЕФИМОВА В. П., КАРЕТНИКОВА И. И. и КРЮЧКОВА В. И.

Под редакцией
инженера-технолога Г. А. ЛЕВИНА



ГОСТОРГИЗДАТ

МОСКВА 1938

ВВЕДЕНИЕ

В потреблении овощей капустные овощи занимают одно из первых мест.

Известны следующие основные виды капусты: белокочанная, краснокочанная, цветная, брюссельская и савойская.

Капуста по своему составу является питательным продуктом, она содержит значительное количество витаминов, чем особенно ценна в питании.

Химический состав капусты различных видов (по Кенигу)

Виды капусты	Воды	Азот. веще-ства	Жиры	Углевод. сахар	Безазот. вещ.	Клет-чатка	Мине-ральн. вещества
Белокочанная . .	90,11	1,83	0,18	1,92	3,13	1,65	1,18
Краснокочанная .	90,02	1,83	0,19	1,74	4,12	1,29	0,74
Савойская	87,09	3,31	0,71	1,29	4,73	1,23	1,64
Брюссельская . .	85,63	4,63	0,46	—	5,22	1,57	1,29
Цветная	90,89	2,48	0,34	1,21	3,34	0,91	0,83

Белокочанная капуста разделяется на сорта по времени созревания и по качественным признакам. По времени созревания белокочанная капуста подразделяется на раннюю, среднюю и позднюю. Из поздних сортов наиболее известны: «Амагер» и «Московская поздняя». «Амагер» имеет круглый, плотный средних размеров кочан весом до 3 кг, листья толстые, грубые, сизо-зеленой окраски с восковым налетом. «Московская поздняя» имеет круглый, очень крупный (5—6 кг), плотный, хорошей отбелки кочан.

По качественным признакам капуста делится на первый и второй товарные сорта. В первом сорте кочны капусты должны быть вполне сформировавшимися, свежими, чистыми, цельными, плотными. Во втором сорте допускается некоторая вялость облегающих кочан верхних листьев, без их пожелтения, а также незначительное количество загрязненных кочнов (не более 10%).

Кочны капусты летнего потребления должны быть очищены до плотно облегающих кочан цельных листьев, с ровно обрезанной кочерыжкой длиной не более 1 см от кочна. Во втором сорте допускаются кочны неправильно зачищенные (до 10%) и с неправильно обрезанной кочерыжкой длиной не более 2 см (до 15%).

В первом и во втором сортах не допускаются кочны битые, лопнувшие и поврежденные вредителями, а также кочны с болез-

нями, загнившие, ослизлые и промороженные. Что же касается капусты, идущей на хранение, то ее делят по срокам хранения на капусту краткого (до 3 мес.) и длительного хранения (свыше 3 мес.). Капусту для зимнего хранения не зачищают, оставляя на ней 2—3 верхних зеленых листа.

Краснокочанная капуста имеет листья темнокрасного или красно-фиолетового цвета. По своему химическому составу и по витаминности может заменить в пищевом отношении белокочанную. Наиболее распространенными сортами являются: «Эрфуртская ранняя», «Зенит». Употребляют краснокочанную капусту в свежем и маринованном виде, на приготовление салата.

Согласно стандарту имеет те же качественные показатели, что и белокочанная, и делится на два товарных сорта. При приемке не принимаются кочны пестрой окраски и весом менее 400 г каждый.

Цветная капуста. Кочан этой капусты представляет собой недоразвившееся соцветие. Бывает цветная капуста ранняя парниковая и грунтовая. Наиболее известны следующие сорта: «Снежный шар», «Гаагская», «Эрфуртская карликовая». Цветная капуста делится на два товарных сорта. Размер кочна первого сорта без листьев должен быть по диаметру от 10 см, а второго сорта — до 10 см. Головка (кочан) должна быть свежей, чистой, цельной, белой и плотной, без проросших внутренних листочков.

Не должны приниматься головки обнаженные, пожелтевшие (с загаром), загрязненные, вялые, рыхлые, помятые, загнившие и т. п.

Брюссельская капуста имеет своеобразное строение; отличается от прочих видов капусты тем, что образует в пазухах листьев кочешки величиной с грецкий орех. Стебель капусты удлиненный. Из сортов брюссельской капусты в СССР известны «Амагер» — ранний сорт с высоким стеблем и густо размещенными кочешками, и «Геркулес гамма» — по времени созревания средний сорт с низким стеблем, плотными кочешками. В целях сохранения на зиму в свежем виде у брюссельской капусты отсекают стебель с кочешками, который и хранят.

Савойская капуста в отличие от кочанной имеет морщинистые листья, благодаря чему ее кочны более рыхлы. Эта капуста богата азотистыми веществами.

Известны два сорта: «Венская ранняя» с плотным круглым кочном и «Вертю» с шаровидным плотным больших размеров кочном. «Вертю» является более поздним сортом и используется для зимнего хранения.

Из всех видов капусты лучше всего сохраняется кочанная капуста поздних сортов. Ее хранят в специальных капустохранилищах. Перед хранением обрезают кочерыгу ровным срезом на расстоянии 2 см от кочна.

Хранят капусту в шахматном порядке кочерыгами вверх на полу или на полках в 3—4 яруса. Для хранения на полу последний застилается настилом высотой 1,5 см, а полки должны иметь про-

резы 4—8 см. Высота укладки капусты—60—70 см или от 2 до 3 кочнов один на другом.

Капусту можно хранить также в холодильниках. Капуста хорошо хранится при температуре от + 0,6° до + 2° и относительной влажности 80—85%. При краткосрочном хранении капусту можно хранить при температуре +4°.

Из капусты можно приготовить разнообразный ассортимент кулинарных изделий.

Ассортимент изделий из капусты, конечно, не ограничивается приведенным в данной брошюре. Мы обращаемся ко всем производственникам предприятий общественного питания, ко всем стахановцам с просьбой сообщить нам о всех новых блюдах из капусты, не упомянутых в брошюре, а также о результатах опытной проверки указанных нами рецептов и способов приготовления.

Дополнения и замечания просим присылать по адресу: Москва, 26, М. Тульская ул., дом 2/1, корпус 8, Научно-исследовательскому институту торговли и общественного питания.

БЛЮДА ИЗ КАПУСТЫ

Капуста может быть изготовлена в отварном, жареном, тушеном, запеченном виде, а также в виде котлет, битков, шницелей и т. п. Все капустные блюда приготовляются как самостоятельные блюда. Некоторые из них служат также гарниром к горячим и холодным блюдам.

ХОЛОДНАЯ ОБРАБОТКА КАПУСТЫ

У белокочанной, краснокочанной и савойской капусты срезают загрязненные и потемневшие листья, кочан разрезают пополам, удаляют кочерыжку, разрезают кочан на куски соответствующей формы и промывают их в воде.

Цветную капусту очищают от зеленых листьев, отрезают кочерыжку у начала разветвления кочна. Загрязненную и пожелтевшую поверхность кочна соскабливают ножом или удаляют ее, натирая кочан крупною солью, а затем его замачивают на 10—15 минут в подсоленной воде. Кочешки блюссельской капусты срезают со стебля, очищают от испорченных листьев, промывают в воде.

ТЕПЛОВАЯ ОБРАБОТКА КАПУСТЫ

Капусту белокочанную, цветную, брюссельскую и савойскую варят в подсоленном кипятке (10 г соли на 1 л воды) до готовности, затем вынимают шумовкой, дают воде стечь и кладут на блюдо или на тарелку.

При хранении сваренной цветной капусты более часа в отваре во избежание ее покраснения сливают ⅓ горячего отвара, добавляют такое же количество остуженной кипяченой воды и соответствующее количество соли. Брюссельскую капусту после варки откидывают на сито и охлаждают водой.

Белокочанную и савойскую капусту лучше отваривать не в воде, а в небольшом количестве мясного бульона в посуде с крышкой.

1. Капуста белокочанная с маслом

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Потери при тепловой обработке (в %)	Выход готового продукта (в г)
Капуста свежая . .	300	19	243	8	223
Масло сливочное .	25	—	25	—	25
Зелень петрушки .	3	15	2,5	—	2,5
Мясной бульон . . .	100	—	100	—	—
Соль	5	—	5	—	—

Выход — 250 г

Капусту очистить и, удалив кочерыжку, нарезать крупными квадратами, положить в широкую посуду, влить мясной бульон, посолить, посуду накрыть крышкой и тушить до готовности. При подаче капусту положить на тарелку, полить разогретым маслом и посыпать рубленой зеленью петрушки.

2. Капуста белокочанная с маслом и сухарями

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Потери при тепловой обработке (в %)	Выход готового продукта (в г)
Капуста свежая . .	300	19	243	8	223
Масло сливочное . .	25	—	25	—	25
Сухари белые . . .	10	—	10	—	10
Мясной бульон . . .	100	—	100	—	—
Соль	5	—	5	—	—

Выход — 260 г

Приготовленную таким же, как выше указано, способом капусту при подаче посыпать поджаренными молотыми сухарями и полить разогретым маслом.

3. Капуста белокочанная, жаренная в сухарях

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Вес полуфабр. (в г)	Потери при тепловой обработке (в %)	Выход готового продукта (в г)
Капуста свежая .	300	19	243	280	10	252
Яйца	1/5 шт.	—	1/5 шт.			
Мука 75%-ная . .	10	—	10			
Сухари белые . . .	20	—	20			
Масло сливочное.	20	—	20			
Сметана	30	—	30	—	—	30
Соль	5	—	5	—	—	—
Перец	0,1	—	0,1	—	—	—

Выход — 290 г

Кочан очистить, удалить кочерыжку, проварить в подсоленной воде до готовности, затем вынуть из воды и разобрать на отдельные листья. Стебли листьев слегка разбить тяпкой, края их подогнуть в виде конверта к середине, обвалять в муке, смочить яичным льезоном[1], запанировать в молотых сухарях, положить на горячую сковородку с маслом и обжарить с обеих сторон. Для дожаривания поставить на 10 мин. в духовой шкаф.

Подавать с холодной сметаной.

4. Капуста белокочанная под молочным соусом

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Вес полуфабр. (в г)	Потери при тепловой обработке (в %)
Капуста свежая . . .	300	19	243	370	15
Соус молочный . . .	120	—	120		
Масло сливочное	8	—	8		
Сыр тертый . . .	5	6	4,7		
Бульон мясной . . .	100	—	100		
Соль	5	—	5	—	—

Выход — 315 г

Очищенную капусту разобрать на отдельные листья, положить их в широкую посуду, залить подсоленным бульоном, закрыть крышкой и тушить до готовности. Готовые листья капусты вынуть из бульона, дать бульону стечь. Капустные листья при помощи салфетки обжать в круглые шарики (по 2—3 шарика на порцию), положить их на порционную сковородку, смазанную маслом, сверху залить молочным соусом, посыпать сыром, взбрызнуть маслом и запечь в духовом шкафу.

5. Капуста цветная с разными соусами

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Выход готового продукта (в г)
Капуста цветная	300	54	138	138
Соус сухарный	35	—	35	35
или голландский	80	—	80	80
Зелень петрушки . . .	5	15	4	—
Соль	5	—	5	—

Выход — 170—220 г

[1] Сырые яйца смешивают с равным по весу количеством воды, добавляют соль и перец.

Сваренный, как указано на стр. 6, кочан цветной капусты положить на блюдо с фигурно сложенной салфеткой, кругом обложить веточками зелени петрушки, соус подать отдельно.

6. Капуста цветная под молочным соусом

Наименование продукта	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Вес полуфабр. (в г)	Потери при тепловой обработке (в %)
Капуста цветная . .	300	54	138	250	10
Соус молочный . . .	100	—	100		
Масло сливочное . .	8	—	8		
Сыр тертый	5	6	4,7		
Соль	5	—	5		

Выход — 225 г

Сваренный кочан цветной капусты положить на смазанную маслом порционную сковородку, залить молочным соусом, посыпать тертым сыром, взбрызнуть маслом и запечь в духовом шкафу.

7. Капуста цветная под молочным соусом с яйцами

Наименование продукта	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Вес полуфабр. (в г)	Потери при тепловой обработке (в %)
Капуста цветная . .	300	54	138	270	10
Масло сливочное . .	8	—	8		
Соус молочный . . .	100	—	100		
Яйца	1/2 шт.	—	1/2 шт.		
Сыр тертый . . .	5	6	4,7		
Соль	5	—	5		

Выход — 243 г

Сваренный кочан цветной капусты положить на смазанную маслом порционную сковородку, залить молочным соусом с добавлением в него рубленых вареных яиц, посыпать тертым сыром, взбрызнуть маслом и запечь в духовом шкафу.

8. Капуста цветная под грибным соусом

Рецепт и способ приготовления такой же, как и капусты под молочным соусом. Соус молочный заменяется грибным.

9. Капуста цветная под сметанным соусом

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Вес полуфабр. (в г)	Потери при тепловой обработке (в %)
Капуста цветная . .	300	54	138	250	10
Соус сметанный . .	100	—	100		
Масло сливочное . .	8	—	8		
Сыр тертый	5	6	4,7		
Зелень петрушки . .	3	15	2,5		
Соль	5	—	5		

Выход — 225 *г*

Сваренный кочан цветной капусты разрезать по разветвлению, положить на порционную сковородку, залить сметанным соусом, сверху посыпать тертым сыром, взбрызнуть маслом и запечь в духовом шкафу. При подаче посыпать рубленой зеленью.

10. Капуста брюссельская с маслом

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Выход готового продукта (в г)
Капуста брюссельская . .	300	25	225	225
Масло сливочное	25	—	25	25
Соль	5	—	5	—

Выход — 250 *г*

Кочешки капусты промыть, положить в кипящую подсоленную воду и сварить до готовности. Готовую капусту откинуть на сито и облить холодной водой, дать ей стечь, после чего капусту обжарить на сковородке с маслом.

11. Капуста брюссельская с маслом и сухарями

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Выход готового продукта (в г)
Капуста брюссельская . .	300	25	225	225
Масло сливочное	25	—	25	25
Сухари	10	—	10	10
Соль	5	—	5	—

Выход — 260 *г*

Сваренную капусту при подаче полить разогретым сливочным маслом, смешанным с молотыми сухарями.

12. Пюре из брюссельской капусты с картофелем

Наименование продукта	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Потери при тепловой обработке (в %)	Выход готового продукта (в г)
Капуста брюссельская	200	25	150	10	135
Картофель	100	35	65	—	65
Масло сливочное	15	—	15	—	—
Молоко	40	—	40	—	40
Соль	5	—	5	—	—

Выход — 240 г

Очищенную брюссельскую капусту и картофель сварить каждый отдельно, воду слить, поставить их на 10 мин. в духовой шкаф. После этого картофель, не давая ему остыть, протереть через сито или протирочную машину, брюссельскую капусту крупно порубить и отжать, поджарить на масле, соединить с картофелем, положить в кастрюлю, вторично прогреть на плите и постепенно разводить горячим молоком.

13. Капуста брюссельская с яйцами

Наименование продукта	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Выход готового продукта (в г)
Капуста	300	25	225	225
Масло сливочное	25	—	25	25
Яйца	½ шт.	—	½ шт.	21
Сухари	10	—	10	10
Соль	5	—	5	—
Перец молотый	0,1	—	0,1	—

Выход — 280 г

Сваренную брюссельскую капусту положить на порционную сковородку с разогретым маслом, слегка поджарить, посыпать перцем, молотыми сухарями, перемешать, сверху посыпать мелко нарубленными вареными яйцами.

14. Капуста брюссельская под сметанным соусом

Наименование продукта	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Вес полуфабрик. (в г)	Потери при тепловой обработке (в %)
Капуста брюссельская . . .	300	25	225	335	10
Масло сливочное	8	—	8		
Сметанный соус	100	—	100		
Сыр тертый	5	6	4,7		
Соль	5	—	5		
Перец молотый	0,1	—	0,1		

Выход—300 *г*

Сваренную брюссельскую капусту разложить на порционную сковородку, подогреть на масле, залить готовым сметанным соусом, сверху посыпать тертым сыром, взбрызнуть маслом и запечь в духовом шкафу.

15. Капуста квашеная тушеная со шпигом

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Потери при тепловой обработке (в %)
Капуста квашеная	300	30	210	21% при тушении, 10% при запекании
Свиной шпиг	40	5	38	
Мясной бульон	100	—	100	
Морковь	50	25	38	
Лук репчатый	30	17	25	
Тмин	0,1	—	0,1	
Мука 75%-ная	5	—	5	
Сметана	20	—	20	
Сахар	5	—	5	
Перец	0,1	—	0,1	
Сухари белые	3	—	3	
Сыр тертый	5	6	4,7	
Лавровый лист	0,1	—	0,1	
Соль	5	—	5	

Выход—310 *г*

Квашеную капусту промыть в горячей воде, отжать, сложить в кастрюлю вместе с сырой морковью, нарезанной кружочками, тмином и лавровым листом, залить мясным бульоном, закрыть крышкой и тушить до готовности. Свиной шпиг нарезать кубиками, прожарить с шинкованным луком, соединить с готовой капустой,

заправить мукой, сырой сметаной, солью, сахаром и перцем. Заправленную капусту разложить на порционные сковородки, разровнять, сверху посыпать тертым сыром, молотыми сухарями и запечь в духовом шкафу.

16. Солянка из капусты с грибами

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Вес полуфабр. (в г)	Потери при тепловой обработке (в %)
Капуста квашеная	250	30	175	580	21% при тушении, 10% при запекании
Лук репчатый	30	17	25		
Масло сливочное	20	—	20		
Грибы белые сухие	15	—	15		
Грузди соленые	40	23	31		
Рыжики соленые	40	23	31		
Огурцы соленые	50	23	33		
Мясной бульон	100	—	100		
Томат-пюре	15	—	15		
Каперцы	10	10	9		
Маслины	10	10	9		
Мука 75%-ная	5	—	5		
Сахар-песок	8	—	8		
Сухари белые	3	—	3		
Сыр тертый	3	6	2,8		
Лимон	1/15 шт.	—	1/15 шт.		
Брусника маринованная	20	20	16		
Зелень петрушки	5	15	4		
Соль	5	—	5		
Перец молотый	0,1	—	0,1		
Лавровый лист	0,1	—	0,1		

Выход — 420 г

Промытую и отжатую капусту сложить в кастрюлю, залить мясным бульоном, положить томат-пюре и 5—8 г масла. Кастрюлю закрыть крышкой, тушить капусту до готовности, после чего заправить мукой, сахаром, солью, перцем, лавровым листом.

Сухие белые грибы сварить и мелко нашинковать соломкой, грузди и рыжики промыть, также нашинковать и ошпарить. Шинкованный репчатый лук поджарить на масле. Соленые огурцы очистить, вырезать серединку и нарезать дольками. Все это сложить в сотейник, залить красным соусом, приготовленным на отваре от сухих грибов, добавить каперцы и прокипятить 10 мин.

Заправленную капусту положить тонким слоем на порционную сковородку, сверху положить смесь грибов, затем второй слой капусты, обровнять сверху, посыпать тертым сыром и молотыми сухарями, взбрызнуть маслом и запечь в духовом шкафу. При подаче сверху положить кусок лимона, бруснику, маслины и зелень петрушки.

17. Капуста белокочанная тушеная

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Вес полуфабр. (в г)	Потери при тепловой обработке (в %)
Капуста свежая	300	19	248	430	21
Морковь	20	25	15		
Лук	15	17	12		
Томат	15	—	15		
Бульон мясной	100	—	100		
Уксус	10	—	10		
Масло сливочное	15	—	15		
Мука 75%-ная	5	—	5		
Сахар	8	—	8		
Соль	3	—	3		
Перец молотый	0,1	—	0,1		

Выход – 340 г

Очищенные кочны капусты мелко нашинковать, сложить в котел или кастрюлю, влить бульон, добавить уксус, томат, масло, пассерованный лук и морковь. Кастрюлю закрыть крышкой, тушить до готовности. Готовую капусту заправить мукой, солью, перцем и сахаром. Используется как самостоятельное блюдо и как гарнир.

18. Капуста красная тушеная

Норма раскладки та же, что и на приготовление белокочанной капусты. Нашинкованную капусту ошпарить и отжать, залить уксусом, дать постоять 1,5—2 часа, а в дальнейшем поступать так же, как и при приготовлении белокочанной тушеной капусты.

19. Капуста красная тушеная с яблоками

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Вес полуфабр. (в г)	Потери при тепловой обработке (в %)
Капуста красная	250	15	212	460	21
Морковь	20	25	15		
Лук репчатый	15	17	12		
Яблоки антоновские	100	23	77		
Уксус столовый	10	—	10		
Сахар	10	—	10		
Масло сливочное	15	—	15		
Мука 75%-ная	5	—	5		
Перец молотый	0,1	—	0,1		
Бульон мясной	100	—	100		
Соль	3	—	3		

Выход—360 г

Приготовить капусту так же, как указано выше, яблоки очистить, удалив сердцевину, нарезать их дольками и положить в капусту за 10 мин. до ее готовности.

20. Капуста красная тушеная с яблоками и копченой грудинкой

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Вес полуфабр. (в г)	Потери при тепловой обработке (в %)
Капуста красная	200	15	170	420	21
Морковь	15	25	11		
Лук репчатый	15	17	12		
Яблоки антоновские	70	23	54		
Копченая грудинка	40	17	33		
Масло сливочное	15	—	15		
Мука 75%-ная	5	—	5		
Уксус	10	—	10		
Соль	3	—	3		
Сахар	10	—	10		
Перец молотый	0,1	—	0,1		
Бульон мясной	100	—	100		

Выход—330 *г*

В начале тушения капусты положить копченую грудинку, нарезанную тонкими брусочками и слегка поджаренную. За 10 мин. до готовности положить яблоки, нарезанные дольками, после чего заправить мукой, сахаром, солью и перцем.

21. Капуста белокочанная по-фламандски

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Выход готового продукта (в г)
Капуста свежая	250	19	202	250
Морковь	40	25	30	
Лук репчатый	30	17	25	
Копченая грудинка	40	17	33	
Масло сливочное	15	—	15	100 (соус)
Бульон мясной	100	—	100	
Мясное фюме	20	—	20	
Соль	5	—	5	
Перец молотый	0,1	—	0,1	

Выход—350 *г*

Отобрать некрупные очищенные кочны капусты, разрезать пополам, не вынимая кочерыжки, каждую половинку разрезать на 4—5 частей и ошпарить. Очищенную морковь нарезать кружочками, копченую грудинку ломтиками. В глубокий сотейник положить сырую морковь, грудинку и пассерованный лук, а сверху капусту. Затем влить мясной бульон, добавить фюме, масло, соль, перец и под крышкой тушить до готовности. При отпуске в оставшийся от тушения бульон положить смешанное с мукой масло, прокипятить и полученным соусом полить капусту.

22. Капуста белокочанная отварная по-испански

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Потери при тепловой обработке (в %)	Выход готового продукта (в г)
Капуста	200	19	162	8	150
Каштаны	100	20	80		80
Чеснок	0,5	30	—		
Мука 75%-ная	5	—	5		
Мадера	20	—	20		
Масло сливочное	20	—	20	—	100(соус)
Мясной сок[1]	100	—	100		
Перец горошком	0,1	—	0,1		
Лавровый лист	0,1	—	0,1		
Зелень петрушки	3	15	2		
Соль	5	—	5		

Выход—330 *г.*

Очищенную капусту нарезать крупными квадратами, положить на 5 мин. в кипящую воду, затем откинут на сито, сложить в сотейник, добавить рубленый чеснок, лавровый лист, соль и перец, 5—8 г масла, залить мясным соком, тушить до готовности. В сок, в котором производилось тушение, положить смешанное с мукой масло, влить мадеру и дать прокипеть 3—5 мин. Полученным соусом залить капусту при отпуске, а в качестве гарнира положить тушеные каштаны и посыпать зеленью.

Приготовление каштанов: каштаны опустить на 5 мин. в кипяток, очистить от скорлупы и внутренней оболочки, положить в сотейник, залить мясным соком и припустить в духовом шкафу.

---

[1] Способ приготовления см. на стр. 31.

23. Капуста белокочанная по-испански с колбасой

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Потери при тепловой обработке (в %)	Выход готового продукта (в г)
Капуста свежая	200	19	162	8	150
Морковь	50	25	32	—	30
Колбаса вареная	30	2,5	29	—	29
Картофель	100	35	65	3	63
Чеснок	0,5	30	—	—	100 (соус)
Лук репчатый	30	17	25		
Мука белая	5	—	5		
Мясной сок	100	—	100		
Масло сливочное	15	—	15		
Соль	3	—	3		
Перец горошком	0,1	—	0,1		
Зелень петрушки	3	15	2		

Выход—370 г

Очищенные кочны капусты разобрать на отдельные листья, положить их в кипящую подсоленную воду, проварить 10—15 мин. и откинуть на сито. Воде дать стечь, а из капусты сделать небольшие круглые кочешки по 2 шт. на порцию, сложить их в один ряд в глубокий сотейник, туда же положить сырую морковь, нарезанную кружочками, спассерованный рубленый лук, чеснок, лавровый лист, перец горошком и часть масла. Все это залить мясным соком, накрыть крышкой и тушить до готовности. Сок, в котором варилась капуста, слить в другую посуду, положить в него масло, смешанное с мукой, и дать прокипеть 3—5 мин.

При отпуске на тарелку положить 2 кочешка капусты, 2 цельных вареных картофелины, морковь и ломтики поджаренной колбасы, все это полить приготовленным соусом, сверху посыпать рубленной зеленью петрушки.

Примечание. Картофель можно заменить вареными каштанами.

24. Голубцы овощные

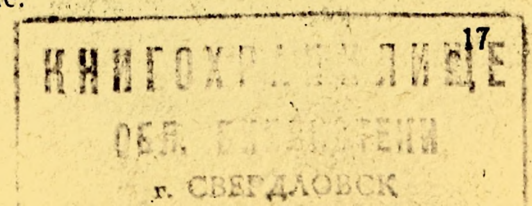
Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Вес полуфабр. (в г)	Потери при тепловой обработке (в %)	Выход готового продукта (в г)
Капуста белокочанная свежая	200	19+8 [2]	150	250	—	210
Овощной фарш № 5 [1]	100	—	100		—	
Масло сливочное	10	—	10		15	
Соус сметанный с томатом	100	—	100		—	100
Зелень петрушки	5	15	4		—	

Выход—310 г.

Цельные кочны капусты, вырезав у них кочерыжки, очистить от загрязненных листьев, опустить в кипящую воду и проварить 20—25 мин. После этого вынуть из воды, охладить и разобрать

[1] См. стр. 37.

[2] 8% при первичной тепловой обработке.



на отдельные листья, утолщенные части разбить тяпкой. На подготовленные листья положить фарш и завернуть. Полученные таким образом голубцы обжарить на сковородке с маслом. Затем переложить в глубокий противень, залить сметанным соусом и тушить в духовом шкафу до готовности. При отпуске готовые голубцы полить соусом, в котором они тушились, и посыпать рубленой зеленью.

Также приготовляют голубцы с другими фаршами.

Так же приготовляют голубцы с другими фаршами.

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Вес полуфабр. (в г)	Потери при тепловой обработке (в %)	Выход готового продукта (в г)
Капуста белокочанная свежая	200	19+8 [1]	150			
Мясной фарш	80	—	80	230	15	195
Масло сливочное	10	—	10			
Соус сметанный с томатом	100	—	100	—	—	100
Зелень петрушки	3	15	2			

Выход—295 г

Взять 3—4 листа ошпаренной капусты, как для голубцов, положить их на чистую салфетку, каждый лист перекладывая фаршем. Нижний лист должен быть наиболее крупным, последующие — меньших размеров. Края листьев подобрать к середине и при помощи салфетки слегка отжать, придавая им форму кочна. Подготовленные кочны сложить на противень или сотейник, залить сметанным соусом и тушить в духовом шкафу. Так же можно приготовлять кочан с овощным фаршем.

26. Штрудель из капусты

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Вес полуфабр. (в г)	Потери при тепловой обработке (в %)
Капуста белокочанная свежая	200	19	162		
Репчатый лук	30	17	25		
Масло сливочное	25	—	25		
Сухари белые	10	—	10		
Мука 30%-ная	45	—	45		
Яйца	1/4 шт.	—	1/4 шт.		
Колбаса вареная	20	—	20	310	15
Тмин	0,1	—	0,1		
Перец молотый	0,1	—	0,1		
Зелень петрушки	5	15	4		
Мясной сок	100	—	100		
Сметана	10	—	10		
Соль	3	—	3		

Выход—260 г

[1] 8% при первичной тепловой обработке.

Очищенную свежую капусту мелко нарубить, сложить на противень, полить маслом и прожарить до готовности.

В готовую капусту добавить мелко нарубленный пассерованный лук, тмин, соль, перец, зелень петрушки и нарезанную мелкими кубиками колбасу, слегка поджаренную на масле. Из муки, сметаны, яиц, масла и 5 г воды замесить некрутое тесто и раскатать его тонким слоем, как на лапшу.

Раскатанное тесто посыпать молотыми сухарями и тонким слоем разложить приготовленную капусту. Тесто вместе с капустой скатать в трубку в виде рулета, положить на подмазанный жиром противень, сверху смазать яичным льезоном и запечь в духовом шкафу.

При отпуске полить маслом.

27. Капуста савойская, фаршированная мясным фаршем

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Вес полуфабр. (в г)	Потери при тепловой обработке (в %)
Капуста савойская	200	20	160	400	15
Мясо	80	23,5	58		
Рис	20	—	20		
Лук репчатый	20	17	17		
Соус сметанный с томатом	100	—	100		
Масло сливочное	15	—	15		
Соль	5	—	5		
Перец молотый	0,1	—	0,1		
Зелень петрушки	5	15	4		

Выход—340 г

Савойскую капусту цельными кочнами очистить и ошпарить как для голубцов, разобрать на отдельные листья, утолщения их разбить тяпкой, после чего листики разложить на смоченное водой полотенце так, чтобы края капусты заходили один за другой. На середину положить мясной фарш. Края листьев при помощи полотенца соединить, придать им форму рулета, уложить на противень, залить сметанным соусом с томатом и поставить на 30—40 мин. в духовой шкаф.

При отпуске нарезать на порции и полить тем же соусом.

Для приготовления фарша провернуть через мясорубку сырое мясо, смешать его с вареным рассыпчатым рисом, рубленым луком, слегка прожаренным в масле, и зеленью петрушки, заправить солью и перцем.

28. Капуста савойская, запеченная с гренками

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Вес полуфабр. (в г)	Потери при тепловой обработке (в %)
Капуста савойская	200	20	160	300	15
Хлеб белый	20	—	20		
Масло сливочное	20	—	20		
Соус молочный	80	—	80		
Сыр тертый	3	6	2,8		
Перец	0,1	—	0,1		
Сухари молотые	3	—	5		
Мясной бульон	50	—	50		
Зелень петрушки	3	15	2,5		
Соль	3	—	3		

Выход—255 *г*

Очищенную капусту нарезать крупными квадратами и проварить в кипятке в течение 5 мин. После этого откинуть на сито, дать стечь воде, капусту положить в сотейник, влить мясной бульон, положить 5—8 г масла, закрыть крышкой и тушить до готовности. Готовую капусту полить молочным соусом и размешать, затем половину капусты разложить на порционные сковородки тонким слоем, сверху положить нарезанную кубиками и поджаренную в масле белую булку, покрыть ее вторым слоем капусты, посыпать тертым сыром, смешанным с молотыми сухарями, взбрызнуть маслом и запечь в духовом шкафу; при подаче полить маслом.

29. Капустные котлеты со сметаной

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Вес полуфабр. (в г)	Потери при тепловой обработке (в %)
Капуста белокочанная свежая	300	19	243	240	10
Масло сливочное	20	—	20		
Молоко	30	—	30		
Яйца	1/10 шт.	—	1/10 шт.		
Крупа манная	25	—	25		
Сухари	20	—	20		
Перец	0,1	—	0,1		
Сметана	30	—	30		

Выход—245 *г*

Капусту очистить, удалить кочерыжку, промыть и отсушить. После этого мелко ее нарубить, или нашинковать, положить в широкую посуду с толстым дном, влить молоко, добавить 5 г масла, закрыть крышкой и тушить до готовности. В тушеную капусту, не снимая ее с плиты, всыпать манную крупу, быстро перемешивая, проварить до загустения, после этого охладить, влить сырые яйца, заправить солью и перцем; из подготовленной массы сделать котлеты по 2 шт. на порцию, обвалять их в молотых сухарях и обжарить на сковородке с маслом до образования румяной корочки с обеих сторон.

При отпуске на тарелке сбоку положить холодную сметану или подать ее отдельно в соуснике.

30. Капустный шницель со сметаной

В приготовленную, как для котлет, капустную массу добавить сырое яйцо в количестве ½ шт. на порцию, сделать тонкие овальные шницели по 2 шт. на порцию, так же обжарить; при отпуске отдельно подать холодную сметану.

31. Капустная запеканка со сметанным соусом

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Вес полуфабр. (в г)	Потери при тепловой обработке (в %)	Выход готового продукта (в г)
Капуста белокочанная свежая	300	19	243	240	10	216
Масло сливочное	15	—	15			
Молоко	30	—	30			
Яйца	1/10 шт.	—	1/10 шт.			
Крупа манная	25	—	25			
Сухари	6	—	6			
Соль	3	—	3			
Перец	0,1	—	0,1			
Соус сметанный	80	—	80			80

Выход—295 г

Капустную котлетную массу положить ровным слоем на подмазанный маслом и обсыпанный сухарями противень, сверху разровнять, посыпать молотыми сухарями, взбрызнуть маслом и запечь в духовом шкафу до подрумяненной корочки сверху. При отпуске нарезать на порции, положить на тарелку и полить сметанным соусом.

32. Капустные котлеты с яблоками

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Вес полуфабр. (в г)	Потери при тепловой обработке (в %)
Капуста белокочанная свежая	200	19	162	235	10
Яблоки свежие	100	23	77		
Молоко	30	—	30		
Яйца	1/10 шт.	—	1/10 шт.		
Крупа манная	25	—	25		
Сухари	20	—	20		
Масло сливочное	20	—	20		
Перец молотый	0,1	—	0,1		
Сметана	30	—	30		
Соль	3	—	3		

Выход 212 г

Очищенные яблоки нарезать кубиками, припустить на масле и соединить с готовой капустной массой. Дальнейший способ приготовления такой же, как это описано в рецепте № 29. При отпуске подать холодную сметану.

33. Капустные котлеты с морковью

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Вес полуфабр. (в г)	Потери при тепловой обработке (в %)	Выход готового продукта (в г)
Капуста белокочанная свежая	200	19	162	235	10	212
Морковь	100	25	75			
Молоко	30	—	30			
Яйца	1/10 шт.	—	1/10 шт.			
Сухари	20	—	20			
Крупа манная	25	—	25			
Масло сливочное	20	—	20			
Соль	3	—	3			
Перец молотый	0,1	—	0,1			
Соус сметанный	80	—	80			80

Выход 290 г

Рубленую, или шинкованную, капусту и провернутую на мясорубке сырую морковь смешать и припустить до готовности. Дальнейший способ приготовления такой же, как обыкновенных капустных котлет. При отпуске полить сметанным соусом.

34. Капустные биточки под молочным соусом

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Вес полуфабр. (в г)	Потери при тепловой обработке (в %)	Выход готового продукта (в г)	Примечание
Капуста белокочанная свежая	300	19	243				
Масло сливочное	15	—	15				
Молоко	30	—	30				10% потери при запекании
Яйца	1/10 шт.	—	1/10 шт.				
Крупа манная	25	—	25	240	10	216	
Сухари	20	—	20				
Соль	3	—	3				
Перец молотый	0,1	—	0,1				
Соус молочный	100	—	100	—	—	100	
Сыр тертый	5	6	4,7	—	—	—	

Выход 285 *г*

Из капустной котлетной массы сделать биточки, обжарить их на масле, положить на порционную сковородку, залить молочным соусом, посыпать сыром, взбрызнуть маслом и запечь в духовом шкафу.

35. Капустные зразы, фаршированные луковым или овощным фаршем

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Вес полуфабр. (в г)	Потери при тепловой обработке (в %)	Выход готового продукта (в г)
Капуста белокочанная свежая	250	19	202			
Молоко	30	—	30			
Масло сливочное	15	—	15			
Манная крупа	20	—	20			
Яйца	1/10 шт.	—	1/10 шт.	270	10	243
Фарш луковый или овощной (см. стр. 37)	50	—	50			
Сухари белые	20	—	20			
Соль	3	—	3			
Перец молотый	0,1	—	0,1			
Соус сметанный	80	—	80	—	—	80

Выход 320 *г*

При разделке зраз приготовленную, как для котлет, капустную массу фаршируют овощным или луковым фаршем, обваливают в сухарях и обжаривают на сковородке с маслом. При отпуске зразы поливают сметанным соусом.

36. Капустная запеканка с фаршем

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Потери при тепловой обработке (в %)
Капуста белокочанная свежая	250	19	202	10
Молоко	30	—	30	
Масло сливочное	10	—	10	
Манная крупа	20	—	20	
Яйца	1/10 шт.	—	1/10 шт.	
Сухари белые	10	—	10	
Фарш овощной или грибной, или мясной	60	—	60	
Перец молотый	0,1	—	0,1	
Соус сметанный	80	—	80	
Соль	3	—	3	

Выход 320 г

На подмазанный маслом и посыпанный сухарями противень положить слой капустной котлетной массы, а на него фарш и опять слой капустной массы; дальнейшее приготовление и отпуск, как капустной запеканки (см. рецепт № 31).

37. Капустная запеканка с творогом

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Вес полуфабр. (в г)	Потери при тепловой обработке (в %)	Выход готового продукта (в г)
Капуста белокочанная свежая	250	19	202	270	10	243
Молоко	30	—	30			
Масло сливочное	15	—	15			
Крупа манная	20	—	20			
Яйца	1/5 шт.	—	1/5 шт.			
Творог	60	—	60			
Сухари белые	10	—	10			
Сахар	10	—	10			
Перец молотый	0,1	—	0,1			
Соль	3	—	3			
Сметана	30	—	30			30

Выход 270 г

Творог протертый смешать с сахаром, соединить с готовой капустной массой. В дальнейшем приготовлять, как капустную запеканку (см. № 31). Подавать с холодной сметаной.

38. Капустный рулет под молочным соусом

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Вес полуфабр. (в %)	Потери при тепловой обработке (в %)
Капуста белокочанная свежая	250	19	202		
Молоко	30	—	30		
Масло сливочное	20	—	20		
Манная крупа	20	—	20		
Яйца	1/2 шт.	—	1/2 шт.	390	15
Морковь	70	25	52,5		
Соус молочный	100	—	100		
Сыр тертый	5	6	4,7		
Зелень петрушки	5	15	4		
Перец молотый	0,1	—	0,1		
Соль	3	—	3		

Выход 330 г

Готовую капустную котлетную массу выложить на влажное полотенце слоем в 1,5 см, в середину положить морковный фарш. Края капустной массы при помощи полотенца соединить, полученный рулет сложить на подмазанный жиром противень швом вниз, сверху залить густым молочным соусом, посыпать тертым сыром, взбрызнуть маслом и поставить в духовой шкаф запечь. Готовый рулет нарезать на порции и полить сливочным маслом.

Морковный фарш. Очищенную морковь нарезать кубиками, припустить в небольшом количестве мясной бульон, заправить маслом и смешать с рублеными вареными яйцами и зеленью петрушки.

39. Капустный рулет с холодной сметаной

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Вес полуфабр. (в г)	Потери при тепловой обработке (в %)	Выход готового продукта (в г)
Капуста белокочанная свежая	250	19	202			
Молоко	30	—	30			
Манная крупа	20	—	20	2		2
Яйца	1/2 шт.	—	1/2 шт.	90	15	46
Морковь	70	25	52			
Масло сливочное	15	—	15			
Сухари молотые	6	—	6			
Перец молотый	0,1	—	0,1			
Зелень петрушки	3	15	2			
Соль	3	—	3			
Сметана	30	—	30			30

Выход 275 г

Приготовить рулет так же, как в предыдущем рецепте; взамен молочного соуса подготовленный рулет смазать яичным льезоном, посыпать молотыми сухарями, взбрызнуть маслом и запечь в духовом шкафу. При отпуске нарезать на порции. Отдельно подать холодную сметану.

40. Капустный рулет с грибным фаршем

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Вес полуфабр. (в г)	Потери при тепловой обработке (в %)
Капуста белокочанная свежая	250	19	202	290	15
Молоко	30	—	30		
Манная крупа	20	—	20		
Яйца	1/5 шт.	—	1/5 шт.		
Грибной фарш с рисом	60	—	60		
Сухари молотые	6	—	6		
Перец молотый	0,1	—	0,1		
Зелень петрушки	3	15	2,5		
Соль	3	—	3		
Сметана	30	—	30		

Выход 275 г

Морковный фарш заменить грибным; дальнейший способ приготовления такой же, как по рецепту 39.

41. Капуста, запеченная с яйцом

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Вес полуфабр. (в г)	Потери при тепловой обработке (в %)
Капуста белокочанная свежая	300	19	248	375	10
Лук репчатый	30	17	25		
Хлеб белый	30	—	30		
Свиной шпиг	40	5	38		
Яйца	1/2 шт.	—	1/2 шт.		
Перец	0,1	—	0,1		
Соль	3	—	3		
Бульон мясной	50	—	50		
Молоко	20	—	20		

Выход 335 г

Очищенную капусту нарубить и положить на 5 мин. в кипящую воду, затем откинуть на сито, сложить в сотейник, влить бульон и тушить под крышкой в течение 20 мин. После этого добавить нарезанный кубиками поджаренный с репчатым луком

свиной шпиг, а также белый хлеб, предварительно намоченный в воде, а затем отжатый. Капусту продолжать тушить до готовности. Готовую капусту заправить солью и перцем и сложить на порционные сковородки, сверху залить сырым яйцом, размешанным с молоком, и запечь в духовом шкафу.

42. Капустные крокеты

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Вес полуфабр. (в г)	Потери при тепловой обработке (в %)	Выход готового продукта (в г)
Капуста белокочанная свежая	300	19	243	260	10	234
Молоко	30	—	30			
Масло сливочное	10	—	10			
Манная крупа	25	—	25			
Яйца	1/2 шт.	—	1/2 шт.			
Сухари белые	20	—	20			
Перец молотый	0,1	—	0,1			
Сало топленое	10	—	10			
Соль	3	—	3	—	—	—
Соус сметанный	80	—	80	—	—	80

Выход 315 г

Из капустной котлетной массы (рецепт 29) разделать шарики по 4—5 шт. на порцию, смочить в яичном льезоне, обвалять в сухарях и обжарить во фритюре. При подаче полить маслом; соус подать отдельно.

43. Капустные крокеты с мясным фаршем

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Вес полуфабр. (в г)	Потери при тепловой обработке (в %)	Выход готового продукта (в г)
Капуста белокочанная свежая	250	19	202	270	10	240
Молоко	30	—	30			
Масло сливочное	10	—	10			
Манная крупа	20	—	20			
Яйца	1/2 шт.	—	1/2 шт.			
Сухари	20	—	20			
Фарш мясной	50	—	50			
Перец молотый	0,1	—	0,1			
Сало топленое	10	—	10			
Соль	3	—	3	—	—	—
Соус сметанный	80	—	80	—	—	80

Выход 320 г

Приготовить, как указано выше; при разделке капустные шарики нафаршировать мясным фаршем.

44. Клецки из капусты со сметаной

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Выход готового продукта (в г)
Капуста белокочанная свежая	250	19	202	230
Молоко	30	—	30	
Масло сливочное	15	—	15	
Яйца	1/5 шт.	—	1/5 шт.	
Манная крупа	30	—	30	
Перец молотый	0,1	—	0,1	
Мука 30%-ная	10	—	10	
Соль	5	—	5	
Сметана	30	—	30	30

Выход 260 *г*

Капустную котлетную массу положить на посыпанный мукой стол, раскатать тонкими колбасками и нарезать клецки. Приготовленные клецки положить в сотейник с горячей подсоленной водой и проварить на тихом огне 10—15 мин. Готовые клецки вынуть шумовкой на сито, дать стечь воде, переложить на подмазанный маслом лист и поставить на 5 мин. в открытый духовой шкаф. При отпуске полить маслом, а холодную сметану подать отдельно.

45. Клецки из капусты со свиным шпигом

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)	Выход готового продукта (в г)
Капуста белокочанная свежая	250	19	202	240
Молоко	30	—	30	
Яйца	1/2 шт.	—	1/2 шт.	
Мука 30%-ная	35	—	35	
Тмин	0,1	—	0,1	
Мускатный орех	0 1	—	0,1	
Перец молотый	0,1	—	0,1	
Соль	3	—	3	35
Свиной шпиг	30	5	28,5	
Лук репчатый	20	17	17	

Выход 275 *г*

В мелко нарубленную капусту добавить тмин, тертый мускатный орех, залить молоком и тушить до готовности. Затем положить муку, сырые яйца и, быстро перемешав, заправить солью и перцем. Из готовой массы при помощи 2 столовых ложек сделать клецки, опуская их в сотейник с горячей подсоленной водой, и проварить в течение 10—15 мин., не допуская кипения воды. Готовые клецки вынуть шумовкой на сито, дать стечь воде, переложить на подмазанный маслом лист и поставить на 5 мин. в открытый духовой шкаф. Свиной шпиг и репчатый лук нарезать мелкими кубиками, слегка прожарить и полить при отпуске клецки.

46. Капуста белокочанная маринованная

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)
Капуста белокочанная	250	19	202
Уксус	30	—	30
Масло растительное	10	—	10
Сахарный песок	8	—	8
Соль	10	—	10

Выход 200 г

Очищенную капусту нашинковать в виде соломки и перетереть солью, отжать и сложить в стеклянную или глиняную посуду, залить разведенным уксусом и оставить стоять в течение 2—2,5 час. Перед отпуском вынуть из уксуса, заправить растительным маслом и сахаром. Для придания розового цвета можно добавить свекольный сок.

47. Капуста белокочанная маринованная с яблоками

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)
Капуста белокочанная	200	19	162
Яблоки свежие	80	23	62
Свекла	50	26	37
Уксус	30	—	30
Масло растительное	10	—	10
Сахарный песок	8	—	8
Соль	10	—	10

Выход 260 г

В приготовленную, как описано выше, капусту положить очищенные нарезанные ломтиками яблоки и вареную, так же нарезанную свеклу. При отпуске заправить маслом и сахаром.

48. Капуста красная маринованная

Так же приготовляют красную капусту. Маринованная капуста может подаваться как самостоятельное блюдо в виде салата, а также как гарнир к холодным мясным, рыбным блюдам, дичи и птице.

49. Капуста квашеная с маслом

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)
Капуста квашеная	300	30	210
Лук зеленый	20	15	17
Масло растительное	15	—	15
Сахар	5	—	5

Выход—250 г

Квашеную капусту перебрать от кочерыжек; если она слишком кисла, то промыть ее в холодной воде и отжать.

В подготовленную капусту положить нашинкованный зеленый лук и заправить растительным маслом и сахаром.

50. Капуста провансаль

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)
Капуста квашеная	250	30	175
Клюква	10	—	10
Брусника	10	—	10
Яблоки	30	10	27
Масло растительное	15	—	15
Сахарный песок	5	—	5

Выход 240 г

Капусту, заквашенную цельными кочнами, нарезать квадратами, сложить в чистую посуду, добавить клюкву, бруснику, а также яблоки, нарезанные дольками, заправить растительным маслом и сахаром и оставить в таком виде на 1—2 суток при температуре +4+6°.

СОУСЫ

Соусы подают ко многим капустным блюдам с целью придания им разнообразного и улучшенного вкуса и повышенной питательности. В большинство соусов входят как основные части бульон (или молоко) и пассеровка.

Для капустных блюд употребляют главным образом молочные и молочно-яичные соусы. Пассеровку для мучных соусов приготовляют из пшеничной муки и сливочного масла. При изготовлении пассеровки сливочное масло подогревают до такого состояния, чтобы из него испарилась влага, затем всыпают просеянную муку и прожаривают при частом размешивании веселкой. Пассерование лучше производить в толстодонной посуде, чтобы мука не подгорела. Для овощных соусов приготовляют белую пассеровку светложелтого цвета с легким ароматом прожаренной муки.

Бульон для овощных соусов приготовляют на мясных костях или употребляют для этой цели навар из овощей. Бульон или молоко вливают соответствующими дозами в готовую пассеровку, тщательно размешивают, чтобы не было комков, причем температура бульона или молока и пассеровки должна быть одинаковой — около 80°. После заварки соус кипятят 20—25 мин. и добавляют к нему приправы (соль, перец).

Затем соус процеживают через сито или провертывают сквозь полотно. В готовый соус вводят кусочками сливочное масло (лызонят) и размешивают до тех пор, пока масло соединится с соусом и получится однородная масса. Готовый соус хранят на мармите, положив на поверхность соуса кусочки сливочного масла; кастрюли прикрывают крышкой. В нижеприводимых рецептах указаны раскладки на один килограмм готового соуса.

1. Мясной сок

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)
Кости мясные	1000	—	1000
Морковь	65	25	49
Лук репчатый	65	17	54
Петрушка	13	20	10
Лавровый лист	0,1	—	0,1
Перец горошком	0,1	—	0,1
Соль	10	—	10

Мясные кости (баранины, телятины, свинины, кур и пр.) мелко нарубить, обжарить в духовом шкафу, сложить в котел, залить холодной водой и варить в течение 6—8 час. при слабом кипении. На оставшихся после обжарки костей жирах обжарить нарезанные коренья и положить их в мясной сок за час до его готовности. Готовый сок процедить через сито и жир с поверхности снять.

Фюме (концентрированный мясной сок). Фюме приготовляют из готового мясного сока. Для этого надо процедить сок, тщательно снять с поверхности жир и затем выпарить в широкой посуде до ⅛ его первоначального об'ема.

Готовое фюме охладить. При назначении для длительного хранения охлажденное фюме сверху залить говяжьим салом.

2. Бульон костный

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)
Кости мясные	1000	—	1000
Морковь	65	25	49
Лук репчатый	65	17	54
Петрушка	13	20	10
Перец горошком	0,1	—	0,1
Соль	10	—	10

Мясные кости мелко нарубить, положить в котел, залить водой и поставить варить; появившуюся на поверхности бульона пену (сварившийся мясной белок) снять шумовкой и дать бульону медленно кипеть в течение 4—5 час. За час до готовности бульона положить очищенные и нарезанные коренья, лавровый лист и перец. Готовый бульон процедить через сито или полотно и снять с поверхности жир.

3. Пассеровка на 1 кг выхода

Наименование продуктов	Вес (в г)	Наименование продуктов	Вес (в г)
Мука 30%-ная	600	Масло сливочное	500

Сливочное масло подогреть до такого состояния, чтобы из него испарилась влага, затем положить муку, поджарить ее до бледно-желтого цвета.

4. Соус красный (основной)

Наименование продуктов	Вес (в г)	Наименование продуктов	Вес (в г)
Мясной сок	1000	Томат-пюре	130
Мука	65		
Масло сливочное	65	Соль	10

Из муки и масла приготовить пассеровку, развести готовым соком, добавить пассерованный томат-пюре, обжаренные коренья, соль, перец, лавровый лист и проварить в течение 1 часа 30 мин., после чего процедить через сито.

5. Соус грибной (о'гратен)

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)
Свежие белые грибы или шампиньоны .	360	15	306
Лук репчатый	120	17	100
Масло сливочное	30	—	30
Красный соус	700	—	700
Соль	5	—	5

Свежие грибы, репчатый лук мелко нарубить, слегка прожарить на масле и соединить с готовым красным соусом, проварить в течение 15—20 мин., заправить солью и маслом.

6. Соус белый (основной)

Наименование продуктов	Вес (в г)	Наименование продуктов	Вес (в г)
Мясной бульон	1000	Масло сливочное	65
Мука 30%-ная	65	Соль	10

Из муки и масла приготовить светложелтую пассеровку, развести готовым мясным бульоном, посолить, проварить в течение 45 минут — 1 часа и процедить на сите.

7. Соус сметанный

Наименование продуктов	Вес (в г)	Наименование продуктов	Вес (в г)
Мясной бульон	650	Мука 30%-ная	65
Сметана	300	Соль	10
Масло	65	Перец молотый	0,5

Из муки и масла приготовить пассеровку, развести мясным бульоном, положить сметану, соль, перец, проварить 10—15 мин., процедить через сито или провернуть через полотно.

8. Соус сметанный с томатом

Наименование продуктов	Вес (в г)	Наименование продуктов	Вес (в г)
Мясной бульон	600	Мука 30%-ная	65
Сметана	300	Соль	10
Томат-пюре	100	Перец молотый	0,5
Масло сливочное	65		

В готовый сметанный соус добавить пассерованный томат-пюре, проварить 8—10 мин. и процедить.

9. Соус молочный (бешамель)

Наименование продуктов	Густой	Средний	Жидкий
Масло сливочное	100 г	75 г	50 г
Мука 30%-ная	120 „	90 „	60 „
Молоко	900 „	1000 „	1100 „
Соль	10 „	10 „	10 „

Готовую пассеровку, слегка остуженную, постепенно разводят горячим молоком, тщательно вымешивают до исчезновения комков и доводят до кипения.

Соус молочный приготовляют разной густоты: жидкий, средний и густой. Жидкий соус употребляют для заправки отварных овощей, густой соус применяют для связи при изготовлении котлет, крокет и др. Соус средней густоты употребляют к цветной капусте, рулетам и другим блюдам, которые вместе с соусом запекают.

10. Соус из масла и сухарей (польский)

Наименование продуктов	Вес (в г)	Наименование продуктов	Вес (в г)
Масло сливочное	750	Лимонная кислота	1
Сухари белые	300	Соль	10

Сливочное масло подогреть до такого состояния, чтобы из него испарилась влага, затем в него положить поджаренные молотые сухари, растворенную лимонную кислоту и соль.

11. Соус яично-масляный (голландский)

Наименование продуктов	Вес (в г)	Наименование продуктов	Вес (в г)
Яичные желтки	5 шт.	Соль	5
Масло сливочное	400		
Соус белый	500	Лимонная кислота	1

Вылить в кастрюлю или сотейник сырые яичные желтки, добавить мелкими кусочками сливочное масло, проварить на плите на слабом нагреве, непрерывно помешивая и не допуская кипения; как только образуется однородная эластичная масса, соус снимают с плиты, соединяют со слегка охлажденным белым соусом, заправляют солью, лимонным соком и провертывают через полотно. Готовый соус хранят на мармите при температуре не выше 80°.

12. Соус яичный с сыром

Наименование продуктов	Вес (в г)	Наименование продуктов	Вес (в г)
Соус яичный	700	Мускатный орех	2
Сметана	200		
Сыр тертый	100	Сахар песок	10

В готовый яичный соус добавить сметану, тертый сыр, мускатный орех и сахар. Соус поставить на горячий мармит, выбить веничком в пышную однородную массу.

ФАРШИ (на 1 кг готового фарша)

1. Фарш грибной

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)
Грибы свежие	1650	15	1400
Лук репчатый	340	17	280
Масло сливочное	100	—	100
Сухари белые	75	—	75
Томат-пюре	100	—	100
Белое вино	75	—	75
Мясной сок	100	—	100
Чеснок	1	30	—
Зелень петрушки	15	15	13
Соль	10	—	10
Перец молотый	1	—	1

Очищенные, промытые свежие грибы, лук, чеснок мелко нарубить, слегка поджарить на масле, добавить томат-пюре, продолжая прожаривать, затем влить белое вино и мясной сок, дать им выпариться. Как только фарш будет достаточно густым, добавить толченые сухари, соль, перец, рубленую зелень петрушки и тщательно перемешать.

2. Фарш грибной с рисом

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)
Свежие грибы	700	15	595
Лук репчатый	240	17	200
Рис	200	—	200
Зелень петрушки	15	15	13
Масло сливочное	100	—	100
Соль	10	—	10
Перец	1	—	1

Нарубленные грибы и лук прожарить на масле до готовности и смешать с вареным рассыпчатым рисом и рубленой зеленью петрушки. Все это заправить маслом, солью и перцем.

Примечание. Свежие грибы могут быть заменены консервированными в количестве 400 *г* или 150 *г* сухих, причем сухие грибы предварительно надо сварить, мелко нарубить и слегка прожарить на масле.

3. Фарш рисовый с луком и помидорами

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)
Рис	200	—	200
Лук репчатый	170	17	140
Помидоры	500	15	425
Масло	100	—	100
Зелень петрушки	20	15	17
Соль	10	—	10

В отваренный рис добавить мелко нарубленный и слегка прожаренный на масле лук, ошпаренные и очищенные от кожицы и нарезанные ломтиками свежие помидоры и рубленую зелень петрушки. Все это заправить маслом, солью и перемешать.

4. Фарш луковый с яйцами

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)
Лук репчатый	1300	17	1080
Масло	100	—	100
Сухари белые	70	—	70
Зелень петрушки	50	15	42
Яйца	3 шт.	—	3 шт.
Соль	10	—	10
Перец молотый	1	—	1

Очищенный нашинкованный лук прожарить на масле и смешать с молотыми сухарями, шинкованными яйцами, рубленой заленью петрушки, солью и перцем.

5. Фарш овощной с рисом

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)
Морковь	400	25	300
Лук репчатый	300	17	249
Петрушка	125	20	100
Рис	125	—	125
Яйца	4 шт.	4 шт.	4 шт.
Масло сливочное	100	—	100
Зелень петрушки	20	15	17
Соль	10	—	10
Перец молотый	1	—	1

Морковь, лук, петрушку очистить, нарезать мелкими кубиками, спассеровать на масле и смешать с вареным рассыпчатым рисом, рублеными вареными яйцами, солью, перцем и зеленью петрушки.

6. Фарш рисовый с мясом

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)
Мясо	850	27,5	616
Рис	150	—	150
Лук репчатый	250	17	207
Масло	100	—	100
Зелень петрушки	20	15	17
Соль	10	—	10
Перец молотый	1	—	1

Пропущенное через мясорубку мясо и рубленый лук прожарить на масле, соединить с вареным рассыпчатым рисом и рубленой зеленью и заправить солью и перцем.

7. Фарш мясной

Наименование продуктов	Вес брутто (в г)	Отходы (в %)	Вес нетто (в г)
Мясо	1700	27,5	1232
Томат	100	—	100
Лук репчатый	250	17	207
Масло сливочное	50	—	50
Соль	10	—	10
Перец молотый	1	—	1
Зелень петрушки	10	15	8

Пропущенное через мясорубку мясо прожарить на масле, положить в сотейник, добавить томат-пюре, 100 г воды и тушить до мягкости. После этого добавить рубленый спассерованный лук, соль, перец, зелень петрушки и тщательно перемешать.

ОГЛАВЛЕНИЕ

Соусы

Фарши

Редактор ГТИ *В. М. Моргулев* Техн. редактор *К. [...]*
Корректоры *Н. А. Зорина, М. И. Гофман*

Сдано в набор 29/IV 1938 г. Подписано к печат[...]
ГТИ № 63 Формат бум. 60×92 1/16 Учетн. авт. лист. 2,71
Бум. лист. 1 1/4. Зн. в 1 печ. л. 46 256.
Уполн. Главлита Б—53761 Заказ № 2747 Ти[...]

Центр. тип. НКО Союза ССР им. Клима Ворошилова. Москва,
ул. Маркса и Энгельса, 17.